ねこでも作れる糖質制限ベークドチーズケーキ

バーミックス的なものでがーっと混ぜて焼いて、出来上がりです。泡だて器でもいけます！

**材料**175×65×45mmのパウンドケーキ型2個分　18cmの円形型1個でもいけそうです。

*＊ラードチーズケーキなら（）内の材料で作ってください。*

クリームチーズ　200g

バター　50g　　(ラード50g)

エリスリトール　50g

全卵　3個

お好みでレモン汁小さじ1～3杯（入れなくても大丈夫）

乳脂肪分45％以上の生クリーム　200ｍｌ

**作り方**

1. クリームチーズとバターを室温に戻しておきます。冷えたままだと4. の作業が大変ですし、不均一になって口当たりが悪くなりがちです。
2. 型にバターやラードを塗るかクッキングシートを敷く。私は100均の紙製のパウンドケーキ型を使っているのでラードを塗った上でクッキングシートをひいています。ラードを塗っただけだとめっちゃ型にくっついて勿体無いですから。この作業が一番面倒です。
3. オーブンを160度に予熱する。
4. クリームチーズとバター（orラード）とエリスリトールを白いクリーム状になるまでよく混ぜる。
5. 全卵（と好みでレモン汁）を加えてよく混ぜる。泡だて器なら1個ずつ加えたほうが良いかも。
6. 生クリームを加えてよく混ぜる。泡だて器なら半分ずつ加えたほうが良いかも。
7. バーミックス的なもので作業しているとかなり大きな気泡と混ぜムラが残ります。そのまま焼くと表面に気泡が残って口当たりが悪くなりますので、最後は泡だて器で気泡が目立たなくなり生地が均一になるまで混ぜてください。すぐに気泡は消えますよ。
8. 型に流し込んで160度のオーブンで45分焼く。機種によって時間が変わるので適当に調整してください。大きく膨らんで表面が狐色よりちょい濃い目の色になるのを目安にしています。
9. オーブンから出して荒熱をとってください。悲しいくらいしぼみます。
10. 冷えたらアルミホイルに包んで冷蔵庫で冷やします。
11. よく冷えたらお好きなサイズに切って食べます。

ちなみにネット上では出来立てはふわふわで、それも美味しい、との噂がありました。

レモンバージョンは５．でレモンの皮のすりおろしを大匙１ぱい（レモン１個分）、レモン汁を大匙３杯いれて、バターを無塩バターにしています。